

九十九里はだして歩こう！20km/12km

ー昨年まで千葉県で主催した行事をCWAで担当します（通算18回目）

主 催／千葉県ウォーキング協会

日 時／5月29日（土）

20km→8時30分・12km→10時30分
集 合／20km→JR外房線上総一ノ宮駅（海側広場）8時30分集合

千葉発 7時9分→上総一ノ宮 8時3分

7時51分→ 8時39分

12km→JR外房線太東駅 9時30分集合

千葉発 8時33分→太東駅 9時22分

9時32分 10時27分

参加費／300円

解 散／JR外房線上総一ノ宮駅 15時頃

上総一ノ宮駅15時9分→千葉駅15時59分

15時49分→ 16時36分

コース／上総一ノ宮駅～玉前神社～当漸寺～洞庭湖

～軍茶利山～東浪見寺～太東漁港広場

（12kmと合流、昼食）～九十九里海岸～国民

民宿舍一宮荘～一ノ宮川～上総一ノ宮駅（ゴ

ール）

○みどころ 20kmコース前半は“九十九里自然公園”の深緑の山コース、後半はお楽しみの九十九里海岸を6～7kmハダシで歩く太平洋の海コースです。大自然を大いに楽しめます。

※“くつ”を入れるビニール袋持参（JRカード使用不可）

五街道クリーンウォーク2004年 奥州・日光街道3里コース報告

3月13日（土）快晴。恒例の五街道クリーンウォークが開催された。奥州・日光街道3里コースの参加者は225名。それぞれトンゴとゴミ袋を手し、上り下りに別れて千住新橋左岸緑地を出発。途中、足立市場でトイレ休憩。浅草花川戸公園で昼食。熱心にゴミを拾う（拾いすぎる）人もあり、若干遅れ気味の感もあったが、順調に歩を進め、午後3時過ぎ、ゴールの日本橋に全員無事に到着した。ご協力ありがとうございました。昨年同様、昼食を利用したミニウォーキング教室も、大勢の参加者があり好評であった。

コースリーダー 石原 洋二

CWA第1回指導者研修会報告

4月10日（土）千葉市の稲浜公民館及び稲岸公園でCWA指導者研修会が行われた。（参加者47名）

今回の研修は従来の研修と趣を異にし、野外での実技研修が主であった。ストレッチング、美しいフォーム作りの10ポイント、シューズの選び方と履き方、歩幅の取り方、歩幅と速度の測定、運動負荷の測定など、ウォーキング教室で指導者として普段行っている項目であるが、各項目について、実際の場面を想定し、全員が交代で指導者としての実技を行った。講師としてJWAの高部指導部長と古宮主席指導員に指導していただいた。実技終了後、高部指導部長の講演の中で、今回の研修は今までにないユニークなやり方で、大変良かったとの講評をいただいた。受講生としても、各指導員のやり方を多数体験出来て非常に参考になった、

またそれぞれ指導方法は知っているものの個人差もあったので、CWAの指導方法の整合性を取る為にも有意義な研修会であった。

公認指導員 黒岩 康

第26回通常総会ウォーク報告

当日は、前日のみぞれまじりの雨から一転し、ウォーキングには最高の天候となり、参加者数も140名で盛会となりました。

コースは、海浜幕張公園の花時計前をPM1時にスタートし、幕張新都心の象徴のメッセを横目に、平成橋に向かい、浜田川に沿ってマリスタジアムをめざし、ロッテ対ダイエーのオープン戦の歓声を聞きながら、幕張の浜では波静かな東京湾を眺め、花見川の河口から上流に歩き、検見川神社を経由し、午後3時30分に、ゴールの新検見川公園に全員、無事に到着。

ウォーク解散後、33名の有志が集まり、千葉県ウォーキング協会の今後益々の発展及び参加者の健勝を祈念し、乾杯。

担当幹事 石橋 順一

記録をとろう [7]

今回は日本の5つの島を巡るマーチングリーグと、5つのスリーダーウォーキングを紹介します。

5・6回で紹介しました日本マーチングリーグ・オールジャパンウォーキングと重複している大会もあります。参加の際はいずれも認定印を受けて下さい。

◎日本・島めぐりマーチングリーグ

日本古来の伝統や文化、そして自然と人情が色濃く豊かに残っている日本の島々。ウォーキングを通して島の清らかな風を感じとることができます。

☆平成16年開催予定

月 日	大 会 名	県 名
5/8～9	超自然屋久島ツーデーマーチ	鹿児島
6/5～6	とって隠岐ツーデーウォーク	島 根
11/20～21	長崎五島ツーデーマーチ	長 崎
12/4～5	伊豆御神火ツーデーマーチ	東 京
12/11～12	名護やんばるツーデーマーチ	沖 縄

◎日本さくらウォーキングリーグ

全国の5つのスリーデーマーチを通して、明るい健康な社会作りを目指し、ウォーキングの普及と「日本の国花・さくら」の植樹、愛護運動を開催します。

☆平成16年開催予定

月 日	大 会 名	県 名
5/3～5	東京国際スリーデーマーチ	東 京
10/1～3	しまなみ海道スリーデーマーチ	愛 媛
10/9～11	津軽路ロマン国際スリーデーマーチ	青 森
11/5～7	日本スリーデーマーチ	埼 玉
11/19～21	九州スリーデーマーチ	熊 本

島めぐりマーチングリーグ、さくらウォーキングリーグとも、加盟大会すべてに参加された大会において、賞状及び記念ワッペン等が贈呈されます。

広報担当 熊野 欣司

千葉県ウォーキング協会会報

2004年（平成16年）毎月1日発行



通算第37号
5月号

CWA ニュース

発行 千葉県ウォーキング協会

事務所 〒260-0045
千葉市中央区弁天2-20-19 江津ビル2階 206号室
電話 千葉（043）255-0141
FAX 千葉（043）255-0204
郵便振替口座番号 00110-4-404256

千葉県ウォーキング協会（CWA） 第26回 通常総会開催！

3月21日午前10時より千葉市幕張勤労市民プラザで通常総会が開催された（出席者120名）。松浦常任理事司会のもと加盟団体会旗入場後、佐野CWA会長挨拶、来賓代表の岡野JWA会長の祝辞があり、東総歩・瀧川会長を議長に選出して開会、下記報告議案が承認された。

第1号 平成15年度活動報告について

第2号 平成15年度会計収支決算報告について

第3号 平成15年度会計収支監査報告について

引続き下記議案について協議がなされ各号とも承認された。

第1号 平成15年度報告事項の承認について

第2号 平成16年度活動重点並びに事業計画案について

第3号 平成16年度会計収支予算案について

第4号 千葉県ウォーキング協会規約等の一部改正について

第5号 平成16年度役員の退任・補充の承認について

最後に「おもしろ半島ちば」七廻道めぐり平成15年度完歩者(40名)認定が行われ、11時30分無事終了した。

第16年度 第2回理事会概況報告

3月27日（土）第2回CWA理事会が開催（出席者16名、欠席6名）され、会長挨拶、自己紹介の後、下記議案が承認されたので、概況をお知らせします。（議題）

1）新理事会体制の確認

2）今年度の計画／佐野会長

基本的にはCWA総会ですべて認証済みであることが再確認された。

3）南房総フラワーマーチの報告／古宮委員長

・参加者は2日間合計で4,408名。

・来年は15回記念大会であること。

4）第26回通常総会の報告

各委員会からの追加確認・報告事項

（1）組織委員会／川崎委員長

・同好会会員制度について、再確認がなされた。

・指導員規程は理事会で了承されているが、補足

説明があった。

（2）広報委員会／高椋委員長

・ホームページ開設は、近い将来の最優先課題としたい旨説明があった。

（3）総務委員会／伊藤委員長

・事務所関連事項、会計関連事項、会員の入退管理等についてそれぞれ説明があった。

（4）事業委員会／古宮委員長

・次回理事会はJWA総会との関連で、7月18日に日程変更する旨説明があった。

・第3回理事会までに開催される「大正浪漫ウォーク」「東京国際スリーデーマーチ」「佐原から江戸へ110キロ」について詳細説明と協力要請が行われた。

（5）歩きたくなる道500選／佐野会長

・3月13日に千葉県の第1次選考を5名のメンバーで行った旨報告があった。

・第2次選考・実歩等、今後のスケジュールについても説明が行われた。

（6）その他（省略）

第8回全国一斉アルコロジー大会 ちば七廻道・緑コースウォーク 14km

主 催／千葉県ウォーキング協会

主 管／ちば歩こう会

日 時／6月20日（日）9時 団体歩行

集 合／本納支所（JR外房線本納駅3分）

参加費／500円

解 散／JR外房線新茂原駅前 14時20分頃

○みどころ 歴史の町本納の橘神社、蓮福寺、荻生徂徠勉学の地を訪ねた後、長生の森公園など緑と田園風景を満喫できる道を歩く。

問い合わせ：0475-34-4675 相京 信子

第3回理事会（予告）

CWA第3回理事会を下記予定で開催しますので、ご出席ください。

日 時／7月18日（日）

場 所／稲浜公民館（予定）

CWA 各歩こう会主催行事			
6月5日(土) ホテル観賞・ミニナイト	(ち ば)	6月20日(日) あじさいウオーク	(東 総)
6月6日(日) 市川の公園めぐり	(北 総)	6月24日(木) あじさい観賞・ひめはるの里W	(ち ば)
6月13日(日) 菖蒲園めぐりウオーク	(いちかわ)	6月27日(日) 設立10周年記念ウオーク	(上 総)
6月19日(土) さわやかウオーク	(船 橋)		

東総歩こう会 TEL・FAX 0479-57-5022

6月例会

●あじさいウオーク 10km
日 時／6月20日(日) 9時 団体歩行
集 合／JR外房線 茂原駅
参加費／CWA会員無料 他会員・一般300円
解 散／JR外房線 八積駅 14時50分頃
コース／茂原駅～中の島～鶴枝遊水公園～あじさい屋敷(服部農園)～七井戸～八積駅(解散)
○みどころ 150品種・10,000株以上のあじさいの花が彩豊かに咲き競っています。 入園料 大人400円

船橋歩こう会 TEL・FAX 047-462-0596

6月例会

●第40回さわやかウオーク 20km・12km
日 時／6月19日(土)
ロングコース (20km) 9時 自由歩行
ショートコース (12km) 10時 自由歩行
集 合／両コース共 京成国府台前、江戸川土手(京成線 国府台駅・徒歩1分)
参加費／無料
解 散／寅さん公園(両コース共) 16時
コース／(ロングコース) 20km
江戸川土手～野菊の墓文学碑～坂川親水公園～浅間神社～戸定ヶ歴史公園～葛飾大橋～水元公園～しばられ地藏～寅さん公園(ショートコース) 12km
江戸川土手～野菊の墓文学碑～江戸川土手～新葛飾橋～東金町5丁目交差点～江戸川土手～寅さん公園

○みどころ 両コース共、「野菊の墓」の一筋を刻んだ野菊の墓文学碑を経由し、ゴールの寅さん公園の近くには寅さん記念館、柴又帝釈天がある。ロングコースの戸定ヶ丘公園には最後の水戸藩主徳川昭武の別邸があり、庭口には和洋折衷で、県指定名勝
問い合わせ先：047-462-0596 行田(なめた)

ちば歩こう会 TEL・FAX 043-255-5360

6月例会

●ホテル観賞・ミニナイトウオーク 10km
共 催／千葉市レクリエーション協会
日 時／6月5日(土) 15時 団体歩行
集 合／JR内房線浜野駅前
参加費／CWA会員無料・他会員・一般300円
解 散／泉谷公園 19時頃
解散後、公園内でホテルの自由観賞を行う。
帰路はJR外房線鎌取駅(15分)へ。

○みどころ 古代から人の心を魅了してきたホテル。このホテルの乱舞と緑と水辺のある泉谷自然公園で堪能しよう。途中、恒例の全員参加による歩測大会を実施。
問い合わせ：043-246-8267 達 國明

第18回「平日楽々ウオーク」

●あじさい観賞・ひめはるの里W 15km
日 時／6月24日(木) 9時30分 団体歩行
集 合／JR外房線茂原駅前
参加費／会員100円、他会員300円、一般500円
解 散／JR外房線茂原駅前 14時30分頃
○みどころ 外房の中核都市茂原の田園地帯を歩き、ひめはるの里や茂原公園のあじさいを観賞する。ヒメハルゼミの鳴き声や宝塔式山門の藻原寺など色々楽しめる。
問い合わせ：0475-34-8800 塚崎 重夫

北総歩こう会 TEL・FAX 04-7145-1620

6月例会

●市川の公園めぐり 16km
日 時／6月6日(日) 9時 団体歩行
集 合／JR松戸駅徒歩3分・松戸中央公園
参加費／CWA会員無料・他会員・一般300円
解 散／京成線柴又駅 15時頃
○みどころ 青葉繁れる松戸と市川の公園を4ヶ所巡り、午後は歴史のある下総国分寺と弘法寺を訪ねた後、市川橋を渡って小岩菖蒲園から柴又へ向かいます。

上総歩こう会 TEL・FAX 0475-88-1866

6月例会

●上総歩設立10周年記念ウオーク 10k

日 時／6月27日(日) 午前9時
集 合／JR総武線日向駅
参加費／CWA会員無料・他会員300円・一般400円
解 散／12時頃 椎崎東部青年館
(引き続き10周年記念祝賀会を行ないます。)
コース／日向駅～古谷～白玉～さんぶの森公園～椎崎新田～椎崎東部青年館

●上総歩設立10周年記念祝賀会
日 時／6月27日(日) 12時
集 合／山武町椎崎東部青年館
(JR総武線日向駅より徒歩15分)
参加費／2,000円(昼食おみやげ付飲み放題です)
申し込／参加希望の方は上総歩事務局へ電話で申し込んで下さい。参加費は郵便振込でお願いします。申し込め切りは6月20日。
解 散／午後2時30分頃
(JR総武線日向駅まで徒歩15分)

いちかわ歩こう会 TEL 047-322-2203

6月例会

●菖蒲園めぐりウオーク・水元公園 14km

日 時／6月13日(日) 9時 団体歩行
集 合／市川関所跡(京成線国府台駅徒歩3分)
参加費／CWA会員無料、他会員300円、一般400円
解 散／水元公園中央広場 15時
(JR／京成線 金町駅徒歩20分)
コース／市川関所跡～小岩菖蒲園～柴又公園～葛西神社～半田神社～南蔵院(縛られ地藏)～水元公園

○みどころ ウオーキングのメッカ!江戸川土手。処々菖蒲・風になびくか若芽柳、はたまたボプラの並木道、ここが大都会東京の内なのか?と思う新緑の公園“水元”。

第3回 佐原から江戸へ110キロ 忠敬江戸入りフォーデーウオーク

伊能忠敬銅像建立を記念しての第3回大会は、6月10日～13日で日帰り参加の4日間ウオークです。
主 催／千葉県ウオーキング協会
申込方法／当日受付(事前申込み不要)
参加費／一日ごと 500円(コース地図・記念品など)
歩 行／自由歩行(受付順スタート)・団体歩行
問合せ先／千葉県ウオーキング協会 TEL 043-255-0141
★6月10日(木)
集 合／自由(37km) 8時
団体(15km) 10時
佐原中央公民館(JR成田線佐原駅3分)
解 散／自由 成田山新勝寺(ゴール受付 17時まで)

団体 佐原中央公民館(14時30分頃)

★6月11日(金)
集 合／自由(37km) 8時
JR成田駅西口広場(JR成田駅2分)
団体(16km) 10時
布佐駅前(JR成田線布佐駅下車)
解 散／自由 我孫子手賀沼公園(ゴール受付 17時まで)
団体 我孫子手賀沼公園(15時頃)

★6月12日(土)
集 合／自由(30km) 8時
手賀沼公園(JR我孫子駅10分)
団体(14km) 9時30分
新八柱駅前(JR武蔵野線新八柱駅・新京成線八柱駅下車)
解 散／自由 市川関所跡(ゴール受付は16時まで)
団体 市川関所跡(15時頃)

★6月13日(日)
集 合／団体(18km) 9時
市川関所跡(京成線国府台駅3分)
解 散／団体 富岡八幡宮(16時頃)

CWAウオーキング教室 6月の予定

主催：千葉県ウオーキング協会
歩き方・準備運動などのポイントをつかむため、あるいは自分の歩きを振り返ってみる機会として、「ウオーキングの基本」についての教室を、県内3ヶ所で開催。
午後は実践ウオーク(8キロ程度)。当日集合場所で受付。(持参するもの：昼食・水筒・敷物)

	千葉公園	手賀沼公園	船橋・天沼弁天池公園
開催日	6月5日(土)	6月19日(土)	6月26日(土)
集合場所	モノレール千葉公園駅前(JR千葉駅東口10分)	手賀沼公園入口(常磐線我孫子駅10分)	天沼弁天池公園(JR・東武/船橋駅5分)
集合時刻	各会場とも 午前9時30分		
解散時刻	〃 午後3時頃		
参加費	〃 300円(資料代・保険料など)		

お問合せ 千葉県ウオーキング協会(CWA)
TEL 043-255-0141
(祝祭日を除く 月曜～金曜の10:00～17:00)